

# **Angst vor Abschlussprüfung - UB's vorher mittelmäßig**

**Beitrag von „Razy“ vom 19. Januar 2023 19:00**

Hallo an Alle,

ich bin ganz neu hier und hoffe mein Beitrag entspricht allen Regeln:

Ich stehe kurz vor dem Ende meines Ref's. Im April ist Prüfung.

Ich hatte heute noch einen freiwilligen Besuch und noch zwei weitere.

Bei mir lief einfach alles schief was schief laufen könnte.

PS-Leitung wechseln müssen.

- Mentorin in Pension gegangen, neue bekommen.

- Kind dauernd vor den UB krank.

Mir fällt es bis heute schwer Kompetenzen zu formulieren. Dadurch wirken die Stunden nicht durchdacht, was sie aber sind :(.

Mir fällt es schwer das zu Papier zu bringen.

So hab ich bisher viele negative Rückmeldungen bekommen, die mir echt mental zusetzen.

Habt ihr Tipps für mentalen Upload und Tipps und Tricks (Hilfen/ Seiten im Internet), wo ich mich mir Hilfe holen kann.

Ich will doch nur mein Ref einigermaßen gut bestehen!